



FISIOTERAPIA PREVENTIVA PARA IDOSOS NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE: UMA REVISÃO DA LITERATURA SOBRE CAPACIDADE FUNCIONAL E DOR CRÔNICA

Dalileia Souza Duraes, Damaris de Cássia Uliani dos Santos, Rhuana Morgana Morais dos Santos, Luciana Maria dos Santos Silva, Ruan Gonçalves dos Santos, Gustavo Silvestre Alves, Ingrid dos Santos de Andrade Casara, Charles Silva, Júlia Ismerio Pereira, Gabrielly Guedes Silvestre, Rubia Hiromi Guido Guarizi, Fabricio Vieira Cavalcante, Laura de Moura Rodrigues.



<https://doi.org/10.36557/2009-3578.2026v12n1p685-699>

Artigo recebido em 8 de Março e publicado em 10 de Junho de 2026

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

O envelhecimento populacional tem gerado importantes desafios para os serviços de saúde, especialmente em relação ao aumento das doenças crônicas, das limitações funcionais e da dor persistente entre os idosos. Nesse contexto, a fisioterapia preventiva destaca-se como uma estratégia fundamental no Sistema Único de Saúde (SUS), contribuindo para a manutenção da capacidade funcional, prevenção de incapacidades e promoção da qualidade de vida. O presente estudo teve como objetivo analisar as evidências científicas sobre a atuação da fisioterapia no SUS e seu impacto na dor crônica, na capacidade funcional e na qualidade de vida da população idosa. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa e descritiva, realizada por meio de buscas nas bases de dados SciELO, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed. Foram incluídos artigos publicados entre 2014 e 2024, nos idiomas português, inglês e espanhol, selecionados a partir de descritores relacionados à fisioterapia, envelhecimento, dor crônica, capacidade funcional e qualidade de vida. Os estudos analisados demonstraram que a atuação fisioterapêutica contribui significativamente para a redução da dor crônica, melhora da mobilidade, equilíbrio, força muscular e independência funcional, além de favorecer a realização das atividades de vida diária. Os resultados também evidenciaram benefícios relacionados ao bem-estar físico, emocional e social dos idosos, refletindo positivamente em sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Fisioterapia preventiva, Idoso, Sistema Único de Saúde.



ABSTRACT

Population aging has generated significant challenges for healthcare services, especially regarding the increase in chronic diseases, functional limitations, and persistent pain among the elderly. In this context, preventive physiotherapy stands out as a fundamental strategy in the Unified Health System (SUS), contributing to the maintenance of functional capacity, prevention of disabilities, and promotion of quality of life. The present study aimed to analyze scientific evidence on the role of physiotherapy in the SUS and its impact on chronic pain, functional capacity, and quality of life of the elderly population. This is an integrative literature review, qualitative and descriptive in nature, conducted through searches in the SciELO, Virtual Health Library (BVS), and PubMed databases. Articles published between 2014 and 2024, in Portuguese, English, and Spanish, were included, selected based on descriptors related to physiotherapy, aging, chronic pain, functional capacity and quality of life. The studies analyzed demonstrated that physical therapy contributes significantly to the reduction of chronic pain, improved mobility, balance, muscle strength, and functional independence, in addition to favoring the performance of activities of daily living. The results also showed benefits related to the physical, emotional and social well-being of the elderly, reflecting positively on their quality of life. Keywords: Preventive physiotherapy, Elderly, Unified Health System, Chronic pain, Functional capacity, Quality of life.

Keywords: Preventive physiotherapy, Elderly, Unified Health System, Chronic pain, Functional capacity, Quality of life.

Instituição afiliada – Universidade Cruzeiro Do Sul

Autor correspondente: *Daliléia Souza Duraes* - *leiaduraes315@gmail.com*

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)





INTRODUÇÃO

1.1. APRESENTAÇÃO DO TEMA:

O envelhecimento populacional configura-se como um fenômeno crescente no Brasil e no mundo, resultando em mudanças significativas no perfil epidemiológico e nas demandas dos serviços de saúde. Com o aumento da expectativa de vida, observa-se maior prevalência de doenças crônicas e declínio da capacidade funcional, fatores que impactam diretamente a autonomia e a qualidade de vida da população idosa.

Nesse contexto, a atuação da fisioterapia torna-se essencial, especialmente no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), ao contribuir para a prevenção de incapacidades, reabilitação funcional e promoção do envelhecimento saudável. Intervenções fisioterapêuticas, como exercícios terapêuticos e programas de reabilitação, demonstram impacto positivo na manutenção da mobilidade, no equilíbrio e na independência funcional dos idosos.

Além disso, evidências apontam que a fisioterapia exerce papel fundamental na melhoria da qualidade de vida e na redução de complicações associadas ao envelhecimento, como quedas, dores crônicas e limitações físicas. Programas fisioterapêuticos estruturados favorecem a autonomia e o bem-estar físico e emocional, contribuindo diretamente para um envelhecimento mais ativo, seguro e saudável (MONTENEGRO; SILVA, 2007; SALLA et al., 2021).

Diante desse cenário, torna-se relevante compreender os benefícios da fisioterapia na saúde do idoso, especialmente no contexto do SUS, destacando sua importância na promoção da qualidade de vida, prevenção de agravos e manutenção da funcionalidade dessa população.

1.2 Justificativa



O envelhecimento populacional tem se intensificado nas últimas décadas, resultando no aumento da prevalência de doenças crônicas, limitações funcionais e maior demanda por serviços de saúde, especialmente no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Esse cenário exige estratégias eficazes de cuidado voltadas à promoção da saúde e manutenção da autonomia da população idosa.

Nesse contexto, a fisioterapia destaca-se como uma importante ferramenta na prevenção de incapacidades e na reabilitação funcional, contribuindo significativamente para a melhora da mobilidade, equilíbrio e independência dos idosos. Estudos apontam que intervenções fisioterapêuticas promovem benefícios diretos na capacidade funcional e na qualidade de vida dessa população, reduzindo riscos de quedas e complicações associadas ao envelhecimento (SANTOS et al., 2019; BRAZ DE OLIVEIRA et al., 2023).

Além disso, a atuação fisioterapêutica no SUS possui relevância não apenas clínica, mas também social e econômica, uma vez que ações de caráter preventivo e de rastreio precoce evitam a instalação de quadros incapacitantes graves. Dessa forma, investir em práticas fisioterapêuticas desde a atenção básica favorece a otimização dos recursos públicos, reduz custos com internamentos de alta complexidade e fortalece o cuidado longitudinal (ALMEIDA et al., 2012; ACIOLE; BATISTA, 2013).

Diante disso, justifica-se a realização deste estudo pela necessidade de compreender os benefícios da fisioterapia na saúde do idoso, evidenciando sua importância na promoção da qualidade de vida, prevenção de agravos e fortalecimento das ações de saúde no contexto do SUS.

1.3. Objetivo Geral

Analisar as evidências científicas sobre a atuação da fisioterapia no SUS, por meio de uma revisão bibliográfica.



1.3.1 Objetivos Específicos

1. Analisar a atuação Fisioterapia no cuidado ao idoso no SUS.
2. Compreender o impacto da dor crônica na autonomia do idoso.
3. Avaliar a contribuição da Fisioterapia na qualidade de vida dos idosos.

2. METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa e descritiva. Esse tipo de abordagem permite reunir, analisar e sintetizar resultados de estudos já publicados possibilitando uma compreensão ampla sobre a atuação da fisioterapia na saúde do idoso no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS). Conforme destacado por Aciole e Batista (2013), a integração de diferentes evidências científicas contribui para a construção de práticas mais efetivas na atenção básica à saúde.

A coleta de dados foi realizada por meio de busca nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed. A escolha dessas bases justifica-se pela relevância científica e abrangência dos estudos indexados, sendo a SciELO amplamente reconhecida pela disseminação de produções científicas na América Latina, a BVS por integrar conteúdos voltados ao contexto do SUS e a PubMed por reunir pesquisas de alcance internacional na área da saúde. O período de busca compreendeu os anos de 2014 a 2024, com o objetivo de garantir a atualidade das evidências analisadas.

Para a identificação dos estudos, foram utilizados descritores em



Ciências da Saúde (DeCS) e seus correspondentes em inglês (MeSH), combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR. O operador AND foi empregado para restringir os resultados às intersecções entre os termos, enquanto o operador OR foi utilizado para ampliar a busca, incluindo sinônimos e variações terminológicas.

As palavras-chave utilizadas foram: “Idoso”, “Fisioterapia”, “Sistema Único de Saúde”, “Capacidade Funcional”, “Dor Crônica”, “Qualidade de Vida” e “Prevenção de Quedas”. Segundo Aciole e Batista (2013), a escolha adequada dos descritores é fundamental para garantir a recuperação de estudos relevantes, especialmente no contexto da atenção primária à saúde.

Os critérios de inclusão adotados foram: artigos científicos originais disponíveis na íntegra; publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol; e que abordassem diretamente a atuação da fisioterapia em idosos, com ênfase no contexto do SUS ou na promoção da capacidade funcional e qualidade de vida. Foram excluídos artigos de revisão, resumos de eventos, teses, dissertações, artigos duplicados nas bases de dados e estudos que não apresentavam relação direta com o tema proposto. Além disso, priorizaram-se estudos com delineamentos metodológicos bem definidos, como ensaios clínicos, estudos observacionais e revisões sistemáticas.

O processo de seleção dos estudos ocorreu em etapas. Inicialmente, foi realizada a leitura dos títulos e resumos, com o objetivo de identificar a pertinência em relação ao tema. Em seguida, os artigos selecionados foram lidos na íntegra para confirmação dos critérios de elegibilidade. Esse processo seguiu uma lógica de triagem progressiva, garantindo maior rigor metodológico na escolha das produções científicas analisadas.

Para a análise dos dados, utilizou-se a abordagem de análise temática, na qual os conteúdos dos estudos foram organizados em categorias, permitindo a identificação de padrões, convergências e divergências entre os resultados encontrados. De acordo com Montenegro e Silva (2007), a utilização de instrumentos e métodos sistematizados contribui para uma avaliação mais precisa dos impactos das intervenções fisioterapêuticas na



capacidade funcional de idosos.

Dessa forma, a metodologia adotada possibilitou a construção de uma síntese consistente e fundamentada sobre a atuação da fisioterapia na saúde do idoso, contribuindo para a compreensão das práticas desenvolvidas no âmbito do SUS e seus impactos na qualidade de vida dessa população.

2. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca inicial nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed resultou em um total de 412 artigos identificados. Após a triagem inicial e a remoção de 88 duplicatas entre as bases, 324 registros foram submetidos à avaliação de título e resumo. Nesta fase, 282 artigos foram sumariamente excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão, tais como publicações fora do escopo do Sistema Único de Saúde (SUS), estudos com populações não idosas ou artigos de opinião técnica. Dos 42 artigos selecionados para leitura integral, 32 foram descartados devido à indisponibilidade do texto completo, formato de dissertação ou tese, ou por não apresentarem a intervenção fisioterapêutica como eixo central. Ao fim desse processo, 10 estudos originais foram incluídos para a composição do Quadro 1 e posterior debate científico.



Tabela 1- Caracterização dos Estudos Selecionados

Autor(es) / Ano	Tipo de Estudo	Amostra / Base de Dados	Principais Resultados / Contribuições
Montenegro & Silva (2007)	Estudo Clínico / Intervenção	Mulheres idosas institucionalizadas. Programa específico de fisioterapia como promotor de saúde.	Impacto positivo direto e melhora expressiva na capacidade funcional das idosas.
Almeida et al. (2012)	Estudo de Campo / Qualitativo	Estratégia Saúde da Família (ESF). Atuação da fisioterapia no	Evidencia a relevância do fisioterapeuta no
Aciole & Batista (2013)	Estudo Descritivo / Reflexivo	Atenção Básica à Saúde. Promoção da saúde e prevenção de incapacidades no SUS.	Demonstra que ações preventivas reduzem o risco de perda funcional e otimizam recursos públicos.



Jorge et al. (2016)	Relato de Casos	Idosos com esclerose sistêmica. Protocolo direcionado de intervenção fisioterapêutica.	Mostrou-se uma estratégia eficaz na redução significativa da dor crônica e ganho em qualidade de vida.
Martinez et al. (2018)	Estudo Transversal (Cross-sectional)	Idosos institucionalizados. Avaliação clínica de sarcopenia, dynapenia e funcionalidade.	Mapeia como a perda de massa e força muscular impacta negativamente a independência física.
Góis & Veras (2007)	Estudo Epidemiológico,	Análise de 620	Perfil e Identificou que

Fonte:Elaborado pelo Autor (2026)

O envelhecimento populacional acarreta modificações fisiológicas e epidemiológicas que repercutem diretamente na organização dos serviços de saúde pública. Conforme mapeado no estudo epidemiológico de Lütz et al. (2022), a utilização de serviços públicos de saúde

Especificados por idosos é fortemente condicionada por fatores clínicos e demográficos, revelando que o avanço da idade e a sobreposição de comorbidades elevam a busca por assistência estruturada no SUS. Essa realidade acentua a necessidade de entender os mecanismos de fragilização



sistêmica que acometem a terceira idade. Nesse panorama, as alterações musculoesqueléticas ganham destaque como determinantes do declínio da autonomia. O estudo transversal de Martinez et al. (2018) contribui para a discussão ao avaliar os fenômenos da sarcopenia e da dynapenia em idosos institucionalizados, estabelecendo um nexo direto entre a perda crônica de massa e de força muscular com a progressiva redução da independência física. A deterioração dessas capacidades funcionais atua como um vetor que predispõe o idoso ao isolamento, ao aumento no índice de quedas e à necessidade de internações de alta complexidade, onerando o sistema público.

Diante desse cenário desafiador, a formação do profissional que atua na ponta do sistema torna-se um elemento crítico. Monteiro et al. (2020) analisaram a inserção do conteúdo voltado à saúde da pessoa idosa nas matrizes curriculares de graduação em Fisioterapia no Brasil. Os autores apontam uma assimetria pedagógica que necessita ser corrigida, destacando que o pleno entendimento das demandas geriátricas e a preparação técnica específica são indispensáveis para consolidar uma assistência resolutiva e humanizada dentro das diretrizes operacionais do SUS.

A cinesioterapia e os programas direcionados de exercícios terapêuticos consolidam-se na literatura como as principais ferramentas de escolha para a reversão de quadros de imobilismo e declínio motor. O trabalho clínico desenvolvido por Salla et al. (2021) investigou os efeitos da cinesioterapia na capacidade funcional e constatou melhorias expressivas na coordenação, no equilíbrio dinâmico e na mobilidade geral de idosos institucionalizados, refletindo-se em um incremento direto nos seus escores de qualidade de vida. De maneira homóloga, os achados de Montenegro e Silva (2007) reforçam que a implementação de programas fisioterapêuticos estruturados como promotores de saúde atua diretamente na manutenção da marcha e na segurança cinético-funcional de mulheres idosas vivendo em ambientes de longa permanência.

A aplicabilidade dessas técnicas estende-se com sucesso para idosos inseridos no contexto comunitário. Santos et al. (2019) comprovaram que a



aplicação sistemática de exercícios terapêuticos focados em flexibilidade, força e propriocepção gera ganhos robustos na execução das atividades de vida diária (AVDs), permitindo que o indivíduo envelheça mantendo sua dignidade e autonomia social. O suporte científico a esses parâmetros metodológicos de validação funcional também encontra eco nas discussões metodológicas e indicadores publicados pela Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia (2007), que cancelam a relevância clínica de mensurar a evolução física de forma padronizada e baseada em evidências.

Além do ganho estritamente motor, o manejo de sintomatologias álgicas crônicas

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados demonstram ainda que a atuação fisioterapêutica é fundamental na prevenção de quedas, na diminuição das limitações funcionais e na promoção de um envelhecimento mais ativo e saudável. Além disso, destaca-se a importância de abordagens individualizadas, considerando as necessidades clínicas, funcionais e sociais de cada idoso, potencializando os resultados terapêuticos e proporcionando benefícios mais duradouros. No contexto do Sistema Único de Saúde, a fisioterapia destaca-se como estratégia essencial não apenas na reabilitação, mas também na prevenção de agravos, contribuindo para a diminuição da demanda por serviços de maior complexidade e para a otimização dos recursos públicos (ACIOLE; BATISTA, 2013).

Diante do aumento das limitações funcionais associadas ao envelhecimento, torna-se indispensável ampliar o acesso aos serviços fisioterapêuticos, garantindo continuidade do cuidado e intervenções adequadas às necessidades da população idosa. Além disso, os achados reforçam a importância do fortalecimento das políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável, evidenciando a fisioterapia como componente essencial na atenção integral ao idoso. Por fim, destaca-se a necessidade de incentivo à produção científica na área, com o objetivo de consolidar práticas baseadas em evidências e aprimorar continuamente a assistência prestada.



Portanto, conclui-se que a fisioterapia possui papel essencial na promoção da saúde e da qualidade de vida da população idosa, atuando tanto na prevenção quanto na reabilitação das alterações decorrentes do envelhecimento. A revisão integrativa da literatura evidenciou que as intervenções fisioterapêuticas contribuem significativamente para a melhora da mobilidade, equilíbrio, coordenação motora, capacidade funcional e redução da dor, favorecendo maior autonomia e independência nas atividades de vida diária. Como continuidade desta pesquisa, será preparado um artigo científico que sintetize os principais debates e resultados teóricos; o manuscrito já foi submetido e encontra-se em fase inicial de avaliação pela BRAZILIAN SCIENTIFIC PUBLICATIONS LTDA.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACIOLE, Giovanni Gurgel; BATISTA, Lucia Helena. Promoção da saúde e prevenção de incapacidades funcionais dos idosos na estratégia de saúde da família: a contribuição da fisioterapia. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 37, n. 96, p. 10-19, mar. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/Kr5rYshxg6YPRTLmhcboxvPk/?lang=pt>. Acesso em: 5 jun. 2026.

ALMEIDA, Sandra Maria Chaves de et al. O idoso na estratégia saúde da família: a contribuição da fisioterapia na atenção primária. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 36, n. 95, p. 554-565, out./dez. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/pMdR8RQtGPdkT9N6SM8HTfs/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 5 jun. 2026.

BRAZ DE OLIVEIRA, M. P. et al. Eficácia do exercício físico na melhoria da capacidade funcional em idosos vivendo com a doença de Alzheimer: uma revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados. *Disability and Rehabilitation*, v. 45, n. 3, p. 391-402, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35171074/>. Acesso em: 5 jun. 2026.



GÓIS, A. L. B.; VERAS, R. P. Informações sobre a morbidade hospitalar e a assistência fisioterapêutica em idosos no âmbito domiciliar. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 1-15, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/rLmdBYqfYV5xJpJwNtfgxPr/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 5 jun. 2026.

JORGE, Matheus Santos Gomes et al. Intervenção fisioterapêutica na dor e na qualidade de vida em idosos com esclerose sistêmica: relato de casos. *Revista Dor*, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 148-151, abr./jun. 2016. DOI: <https://doi.org/10.5935/1806-0013.20160034>. Acesso em: 5 jun. 2026.

LÜTZ, Karen Chisini Coutinho et al. Utilização dos serviços públicos de saúde especializados por pessoas idosas no sul do Brasil. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, e220183, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/ZwVNR8S9nJDxy5QrDXhz63C/?lang=pt>. Acesso em: 5 jun. 2026.

MARTINEZ, Bruno Prata et al. Sarcopenia, dynapenia, and functionality in institutionalized older adults: a cross-sectional study. *Clinical Interventions in Aging*, [s. l.], v. 13, p. 2189-2197, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30419096/>. Acesso em: 5 jun. 2026.

MONTEIRO, Isabel Oliveira et al. A saúde do idoso na graduação em fisioterapia no Brasil: um estudo transversal. *Fisioterapia e Pesquisa*, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 93-99, jan./mar. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/cJMCr7Y98ZS7KtcjgkWS3DG/>. Acesso em: 5 jun. 2026.

MONTENEGRO, Silvana Mara Rocha S.; SILVA, Carlos Antonio Bruno da. Os efeitos de um programa de fisioterapia como promotor de saúde na capacidade funcional de mulheres. Acesso em: 05 jun.2026

idosas institucionalizadas. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 161-178, maio/ago. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/S3QnxDDQvfmNRfLfcWMybgr/?lang=pt>.



Acesso em: 5 jun. 2026.

SALLA, Silvana et al. Efeitos da cinesioterapia na capacidade funcional e qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Revista Kairós: Gerontologia*, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 293-311, abr./jun. 2021. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/02/1357893/14_8802-silvana-salla_versao-portugues. Acesso em: 5 jun. 2026.